


 菊南病院
ホームページ

 菊南病院
youtubeチャンネル

活き活き 健康教室

 令和7年7月23日(水)
開催

毎月1回、講話・体操・茶話会をセットにした健康教室を開催しています。
今回の教室は、室原誉伶医師による講話と中嶋朋子トレーナーの健康体操。茶話会おやつは栄養科監修の涼しげなぶるぶるコーヒゼリーでした。

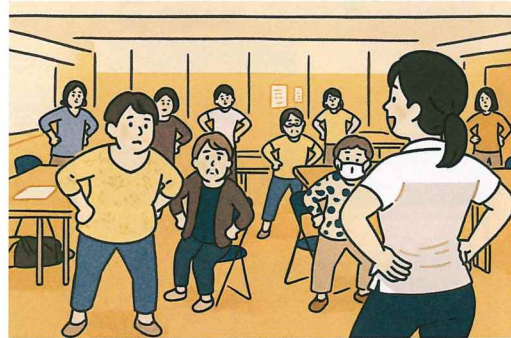
健康講話

『～地域とともに歩む医療を目指して～
認知症にならないためにできること』

年齢とともに白内障や難聴で目が見えない、聞こえない、などの症状が出ると、コミュニティからの疎外感を感じて孤立感が増

し、認知症のリスクを高める可能性があります。適切な対策、健康的な生活習慣、社会参加などを心がけることで発症を遅らせ、予防することが可能です。難聴がある場合は、補聴器を活用することで認知症のリスク軽減が期待できます。自治体には支援制度もありますので、活用するのもいいですね。また安心して認知症になるためにも、繋がりが大切なのは間違いありません。認知症を予防するためには、脳への刺激を保ちながら、バランスの取れた食事、適度な運動、十分な睡眠、脳トレなど、健康的な生活を心がけ、さらに積極的に社会と関わり、人との交流を深めよう、というお話でした。

「きくなん活き活き健康教室」で交流を深めましょう♪



次回は…8月27日(水)

○『残暑の今こそ気を付けて!熱中症対策・健康管理のススメ』

大塚製薬株式会社 ナレッジマネジメント部 葛西雅美氏

○健康体操/茶話会 ○参加費:500円



米コメマーケット開催



7月に「米コメマーケット
第3弾」を開催しました。

米コメマーケットとは、昨今の米の価格高騰を鑑みて、限られた数ではありますがお米5kgを職員へプレゼントする独自企画です。毎回いろいろなテーマで**職員の声**を募集し、応募いただいた方から抽選をおこ



なっています。

第1弾は「業務の改善案」、第2弾は「ありがとうを伝えよう」、そして今回第3弾は「菊南病院の好きなところ」をテーマにコメントを募集し、52名の方から回答をいただきました。

抽選の結果、見事7名の方にお米をプレゼント。集まった声は院内1階に掲示しておりますが、ここでも一部ご紹介いたします。

- ・どの部署の人でも親切で相談しやすい
- ・売店のお弁当やパンのお店が時々変わって飽きにくい
- ・妊娠、出産しても仕事を続けやすい

職員同士で『お疲れ様です』の声かけがしっかりとあり、気持ちよく過ごせるところです。

みんながみんなの事を
思いやっている所。それにより仕事
も前向きに頑張れる!

急に休みを取るようになって嫌な顔せず
むしろ気を遣ってくれる職員の人が好きです!
いつも助かってます!ありがとうございます!

本館屋上から360°の見晴らしは、
サイコーで大好きです!

職員みんなの人の柄

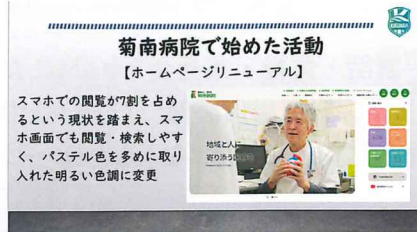
第32回院内各部署発表会

令和7年6月23日、各部署の取り組みや研究を発表する「院内各部署発表会」が開催されました。コロナ禍も「動画発表」という形で継続してきた発表会、今年ようやく4年ぶりの対面開催でした。

レポート

1. 「選ばれる病院になるために～広報のチカラ～」

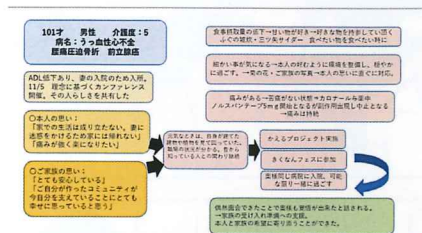
事務部総務課 猪口英美



当院の目指すコミュニティホスピタルに、病院広報としてどうアプローチしていくか、現在取り組んでいることと今後の展望を発表。出前講座や各種媒体のリニューアルなどが、実際にどう効果があるか経過を追いたい。病院全体の協力をもらって取り組んでいけたら。

2. 終末期ケアに関するスタッフの思考と実践～その人らしさを支える～

看護部 介護医療院 大森雅代 / 中島花菜里 / 色見あずさ / 三原義史 / 井上倅子



介護医療院という施設の中で、終末期の入所者のケアについてアンケートを用いてデータ収集、分析を行った。「その人らしさ」を守るために、家族にも安心してもらうために、カンファレンスを通じたコミュニケーションとスタッフ同士の情報・意思共有が重要だと考える。

3. この度、生化学機器導入しました～生化学機器でできること、生化学機器導入で変化する菊南病院的未来～

当院が導入した機器

項目	テスト値
吸光度	800
光散乱	800
ISE	600
HbA1c	200
尿酸	150
PT/APTT/Fbg	110

まとめ

生化学機器導入で変化する菊南病院的未来

- 生化学機器が導入された
- 結果が当日中わかる
- 症状がある場合は原因究明に繋がり
- 無症状の場合でも小さな身体異変に気づく率が向上する
- 患者様への医療Qualityの向上
- QOLの向上に繋がる！！
- (^^) みんなハッピー (^^)

診療技術部 検査科 角田夏美

臨床検査技師の仕事について、普段なかなか見ることのない採血後の血液検査で血液が実際にどの様に用いられるか等の業務内容や当院で実施している検査、新しく導入した機器の紹介。新しい機器によって検査出来るが増え、病院の医療クオリティを向上させることができる。

講評

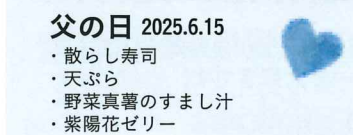
- 近年の広報の活躍は目覚ましく、今後も病院のPRに期待している。また、ソフト面だけでなくハード面での広報にも期待しており、人材確保の面でも活かせれば。(猪本看護部長)
- 介護医療院ならではの研究で素晴らしかった。分析も適切で今後の医療院の方向性に活かせる。研究方法の選択も良いが、アンケートをカテゴリー化したり、回答者の情報(勤続年数等)を出すと質が上がる。看護研究らしい研究をしていただいて非常に良かった。(猪本看護部長)
- 縁の下の力持ち。プロセスが分かりやすかった。検査科から見える景色が見えて理解が深まり有意義だった。スピーディな対応が出来ることによって患者のみならずスタッフのためにもなっていることを実感している。(徳永師長)

初夏の行事食 お品書



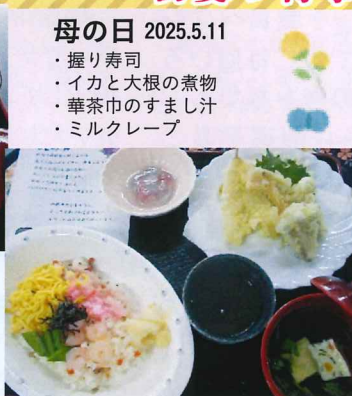
母の日 2025.5.11

- ・握り寿司
- ・イカと大根の煮物
- ・華茶巾のすまし汁
- ・ミルクレープ



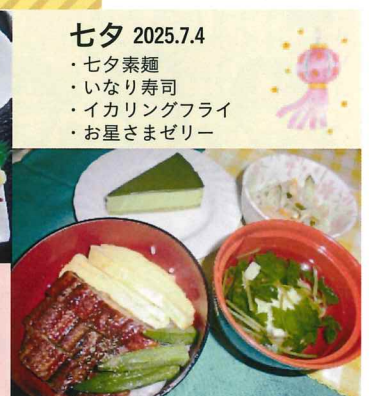
父の日 2025.6.15

- ・散らし寿司
- ・天ぷら
- ・野菜真薯のすまし汁
- ・紫陽花ゼリー



土用丑の日 2025.7.15

- ・鰻ごはん
- ・大根なます
- ・海老茶巾のすまし汁
- ・抹茶ムースケーキ



七夕 2025.7.4

- ・七夕素麺
- ・いなり寿司
- ・イカリングフライ
- ・お星さまゼリー



熱中症を正しく知ろう

どのようにして起こる？

- 通常は体温が上がると汗をかき、熱を体外へ逃がすことで体温を下げ、体温調節を行っている
- 体温調節機能がうまく働かず体内に熱がこもって体温が上がる

→熱中症

熱中症の原因

- ①蒸し暑さ ②体調不良 ③水分・塩分の不足 ④激しい運動 ⑤身体に負荷のかかる長時間の連続作業

熱中症の症状

- 軽症** 意識ははっきりしているが…めまい・立ち眩み 生あくび 大量の発汗 こむら返り
- 中等症** イライラ・フラフラ・ボーっとしている…頭痛 吐き気 だるい
- 重症** 意識がない…意識障害 けいれん発作 身体が熱い

熱中症を疑うときは…

- ①エアコンが効いている室内や、風通しの良い日陰など涼しい場所へ避難する
- ②冷却は、首の周り・脇の下・足の付け根などを、送風・保冷剤・氷・冷たいタオルで冷やす
- ③可能なら水分・塩分の補給をする ④自力で水が飲めない、応答がおかしい時はためらわず救急車を呼びましょう！

熱中症から命を守るポイント

- ①日頃の体調管理 ②暑さを避ける ③「水分・塩分」はこまめに同時補給する ④こまめな休憩

監修：(医) 室原会 菊南病院 保健師

経口補水液を作ってみよう！

基本の分量

- 水 → 1リットル
- 塩 → 3g (小さじ約1/2杯)
- 砂糖 → 40g (大さじ4杯)
- レモン汁 → 50ml ※お好みで

レモン汁を入れると
飲みやすいよ☆

作りやすい分量

優しい酸味バージョン

- 水 → 470ml
- 塩 → 1.5g (小さじ約1/3杯)
- 砂糖 → 20g (大さじ2杯)
- レモン汁 → 30ml (大さじ2杯)

糖分控えめバージョン

- 水 → 450ml
- 塩 → 1.5g (小さじ約1/3杯)
- 砂糖 → 10g (大さじ約1杯)
- レモン汁 → 30ml (大さじ2杯)

ワンポイントアドバイス

レモン汁は「クエン酸(食品添加物)」で代用可能！お財布に優しく作れます。

1リットル→1g

作りやすい分量→0.5g

クエン酸(食品添加物)は薬局などで購入できます。

*冷やして飲むと美味しいですよ！一度お試しください。

*ペットボトルで作ると簡単です。

*糖尿病や高血圧、心臓病、腎疾患などの患者様は、医療従事者にご相談の上、お召し上がりください。

★制限のある方は糖分ひかえめバージョンがオススメ。

菊南病院 栄養科

おむつの「ネピアテンダーマイスター」 誕生!

「ネピアテンダーマイスター」はおむつメーカーの王子ネピアが講義・テストを行い、おむつの知識および技術を身につけた合格者を認定する制度です。この度、菊南病院では6名の看護師・介護福祉士がマイスター認定を受けることができました。

紙おむつの使用は患者・利用者さんのQOLを低下させ、精神的にも苦痛を伴うものです。私たち看護・介護する者は、尊厳を守り、快適な生活を守らなければなりません。マイスターは「排泄ケアのプロ」として患者・利用者さんに合ったおむつサイズやあて方を検討し、漏れの防止や皮膚トラブルを減少させ、患者・利用者さんの



QOLを支えます。また新人スタッフの教育、家族の指導とケアの質向上に努めています。さらに患者・利用者さんにあったおむつを検討することで尿漏れによるシーツ交換回数の減少など業務負担・コスト削減にも寄与していきます。

今後も積極的にマイスター取得を目指し、排泄ケアへの意識を高め、患者・利用者さんが少しでも「安心」して入院して頂けるよう努力して参ります。



認定証と
ピンバッジが
授与されました



菊南病院 副院長 古庄 伸行

63. 「烈三野病」の慰霊の塔

今年の春の事でした。サイクリングで花見に本妙寺を訪れた時に、本堂の山門の横に句碑が立っているのに気が付きました。「本妙寺 ビルマに散りし 花思ふ」という句の下には、「烈三野病ビルマ会」と刻んであり、さらに側面には慰霊塔もあることを示す矢印がありました。

後日、詳しく調べてみると、「烈三野病」というのは「烈兵团（第三十一師団）第三野戦病院」の略で、昭和18年4月に熊本で編成された野戦病院の部隊で、熊本・大分・鹿児島出身者で構成され、ビルマ（現在のミャンマー）やインドへ派兵されたことが判りました。当時の陸軍では、一個師団（兵数が約800名）には3～4個の野戦病院の部隊が附属していて、野戦病院の限界収容人数は100～200名程度。収容部・治療部・後送部に分かれ、軍医・歯科医将校・薬剤将校・看護将校以下200～300名程度の部隊員で編成されていたそうです。しかし物資の運搬先に関しては第一線の戦闘部隊が優先され、野戦病院のために必要な資材の運搬は後回しにさ



（左が句碑、右が慰霊塔）

れることも多く、食事も薬剤も欠くような状況で、麻酔なしでの手術が行われたり、野外の泥の中に負傷兵を放置したりといった、悲惨な状況が展開されたようです。

先日、再び自転車に乗って本妙寺本堂への県道の坂を上がり、その句碑が指す方向にある慰霊の塔を訪れました。「烈三野病」では約200名の隊員の内、約70名が異国の地で命を

落とし、その慰霊と共に、昭和22年7月に復員した隊員達の榮譽を称え、日本の繁栄と世界の平和を祈念して、平成10年の秋分の日はこの慰霊の塔を建立したと刻んでありました。今年は戦後80年。ビルマ戦線を生き抜いて帰還した「烈三野病」の方々もほとんどが亡くなられたことだろうと思い、念入りに手を合わせて帰りました。



うりぼう

～ 施設の楽しい行事を紹介します。～

水前寺高齢者複合施設
グループホーム 鈴の音
水前寺有料老人ホーム

2025年 夏

利用者の皆様と一緒に七夕飾りを折り紙で作り、お一人お一人、
お願い事を短冊に書いていただき笹の葉に飾りました。



七夕の行事食

夏の壁絵作り

毎月利用者様と一緒に作品を
作り、季節を感じていただく
レクリエーションを行っています。



グループホーム きくなん だより

母の日にジブリ風イラストを
皆さんにプレゼントしました



バラ園見学

そうめん流し



巻き寿司・コロッケ作り

七夕



野菜はホームの菜園で
収穫しました！
キュウリや枝豆など

◆外来担当医当番表◆

菊南病院

●急患の方以外全て予約制です

(令和7年4月～)

診察時間	診察日	月	火	水	木	金	土
午前		室原	赤星	室原	梅田	赤星	室原
		古庄	加古	山縣	門間	門間	山縣(第1・3)
		南		久重	南(第1・3・5) 野上(第2・4)	福島	南(第2・4)
		栗巣野	栗巣野		栗巣野(第1・3・5) 南(第2・4)	栗巣野	栗巣野
午後		野上	赤星	室原誉伶 (第3または4)	室原	赤星	
		一	山縣	門間	一	古庄	
		南	一	久重	福島	福島(第3・4以外) 室原誉伶(第3または4)	

○診療時間：月～金 9:00～12:00(受付8:30～11:30まで) 13:30～17:00(受付12:30～16:30まで)
土 9:00～12:00(受付8:30～11:30まで)

○休診日：日曜・祝祭日・年末年始等 ※但し、急患の場合はお電話でご相談ください。

★都合により受付終了時間が早まる場合がございます。ご了承くださいませ★

室原内科・小児科

(令和7年4月～)

	月	火	水	木	金	土
午前	梅田	梅田	高血圧外来 梅田	休診	梅田 腹部エコー検査 (第4)	長島(第3以外) 腹部エコー検査 (第2) 室原誉伶 (第3または4)
午後	梅田	室原良治	喘息外来 岡林	休診	心臓外来 室原良治	心臓外来 室原良治

☆動脈硬化検査：随時

●診察時間：8:30～18:00 ●休診日：木曜日・日曜日・祝祭日・年末年始等

編集後記

早い梅雨明けに驚いたのも束の間、40℃に迫る猛暑に身体も気持ちも追いつかない真夏になりました。蝉しぐれとはよく言ったもので、浴びるような蝉の声を聞き、刺さるような日光を浴びて夏を感じています。

ふれあい121号は健康教室のご報告から。誉伶先生の講話では認知症の予防のためにできること、そして積極的な社会・人との関わりの大切さをお話いただきました。私たちもますます地域の方々の交流・関わりの場になりたい、ならねばと感じます。

院内の取り組みもご紹介。3回目の「米コメマーケット」では52もの声をいただきました。ポジティブな言葉を見ると、明るい気持ちになります。「院内各部署発表会」

は久しぶりに対面開催を行うことができ、演者の言葉を直接聞きながら理解を深めることができました。

2025年6月より、熱中症対策が義務化されました。そこで、改めて熱中症について正しく理解し、暑すぎる夏と残暑を注意してお過ごしいただきたいと思います。ご自宅で急遽必要になった場合も安心、栄養科特製の経口補水液の作り方を掲載したので、お身体の事情に合わせてお試しください。幸いです。

看護部の取り組みとして、おむつマイスターが新しく誕生しました。排泄ケアのプロとして、少しでも辛さが和らぐ対応ができるよう積極的に取得してケアにあたります、という言葉は、力強く頼もしく感じました。

サイクリング紀行は「烈三野病の慰霊の塔」。戦時中、医療従事者の野戦部隊がそ

んなに多く付随していたとは知りませんでした。物資も乏しく、自身らの命も危うい中で、負傷者が運ばれても救えない状況…野戦部隊とはいえどんな心持ちだったのか計り知れません。戦後80年の今年、紀行を読んで思いを馳せ、偲ぶことができて良かったです。

8月半ばに熊本でも豪雨水害が起こりました。皆さまご無事だったでしょうか。深夜に屋のごとく明滅し、鳴りやまない雷にびくびくしていました。現代は本当に何が起こるか分かりません。道が川になるし、野菜やお米が急に買にくくなるし、未知の感染症で国が封鎖されることだってあります。最早ありえないことはないな、と実感しながら、強かに順応して何とか良いことを見つけて暮らしていかなければと思います。

編集委員長 高栢 良子

室原内科・小児科

〒862-0949
熊本市中央区国府1丁目11番9号
Tel 096-364-3080 Fax 096-366-4668

菊南病院

〒861-5517
熊本市北区鶴羽田3丁目1番53号
Tel 096-344-1711 Fax 096-344-1726

水前寺高齢者複合施設

〒862-0949
熊本市中央区国府1丁目3番15号
Tel 096-364-1210 Fax 096-364-1221

グループホームきくなん

〒861-5517
熊本市北区鶴羽田3丁目11番15号
Tel 096-345-2260 Fax 096-345-2261